



SEPTEMBRE 2018 • N°38

Section Départementale de
SAÔNE-ET-LOIRE

Mutuelle Santé
Prévoyance • Autonomie

Région Bourgogne

C'est la Rentrée !

*calendrier
joint au
bulletin*



GROUPE
vyv



L'ÉDITO de la Présidente Claire MALTAVERNE

SOMMAIRE

- Vivoptim p. 2-3
- Assemblées générales Paris p. 4
- Solutions logement p. 5
- MGEN Avantage p. 6-7
- Adosen Prévention Santé MGEN p. 7
- Nouveau Accueils décentralisés p. 8

L'été se termine.

Exceptionnel par son ensoleillement et sa chaleur, j'espère qu'il aura permis à chacun de profiter au mieux de ses longues journées et de se reposer pour reprendre cette année scolaire sous les meilleurs auspices.

Rester au plus près de vos besoins, vous rendre le meilleur service et vous accompagner dans votre parcours de vie, telle est la volonté de la MGEN. S'adapter aux contraintes législatives, résister au contexte de plus en plus concurrentiel, être en mesure de répondre au coût croissant des soins, telle est aussi l'obligation de la MGEN.

Dans un contexte où son périmètre d'action et son mode d'entreprendre mutualiste sont aujourd'hui remis en cause, la MGEN réitère son objectif : protéger ses adhérents des aléas de la vie.

C'est la raison d'être de son plan stratégique « **MGEN Demain** » sur lequel travaille l'ensemble des acteurs, salariés et militants, depuis l'automne 2017.

« **MGEN Demain** », plan à la fois entrepreneurial, responsable et humain,

devrait permettre de proposer progressivement de nouvelles offres et de nouveaux services et d'investir de nouveaux champs d'intervention.

Au niveau du département, nous nous efforçons d'être au plus près de vous afin de vous rendre le meilleur service.

A partir de cette rentrée, nous vous proposons des rendez-vous décentralisés sur l'ensemble du département. Vous en trouverez la liste en page 8 de ce bulletin.

Nous continuerons à vous inviter à diverses actions de prévention. Vous pouvez lire sous cet édit le témoignage de l'un de nos adhérents, ravi de s'être inscrit au dispositif Vivoptim.

Dans le tout nouveau cadre MGEN Avantage, nous continuons également de développer nos partenariats culturels afin de vous proposer la culture au meilleur prix.

Toute l'équipe de salariés et de militants se joint à moi pour vous souhaiter une très bonne rentrée !

Témoignage d'un adhérent VIVOPTIM : PRÉVENTION SANS PRIVATION

Muée en véritable espace de prévention, votre section départementale a proposé au cours de l'année 2017-2018 des ateliers animés par des experts-santé locaux sur des thèmes porteurs : gérer son stress grâce à la sophrologie, reprendre une activité physique, découvrir le Qi Gong ou la marche nordique ou encore cuisiner équilibré sans se priver. Les participants ont pu continuer leur coaching en ligne.

Comme de nombreux retraités qui avancent en âge, je peinais de plus en plus à accomplir mes menues tâches quotidiennes : tondre la pelouse, monter ses cabas à l'étage ou même simplement lacer ses chaussures.

C'est l'âge ! Pensais-je.

Erreur ! **VIVOPTIM** m'a prouvé le contraire. J'ai pris connaissance du programme de prévention des maladies cardio-vasculaires au printemps 2016 et, après une petite visite médicale dans les locaux de la MGEN (pesée, mesure du tour de taille, glycémie, tension artérielle) et réponse à un questionnaire, j'ai décidé de m'inscrire à **VIVOPTIM** en juin 2016.

Début juillet, premier rendez-vous téléphonique avec une coach.

Discussion agréable sur mes habitudes de vie et sur mes objectifs : mieux manger et perdre 10 kilos en un an. Seul conseil donné : marche d'un bon pas, 45 minutes 2 fois par semaine en plus de mes activités de jardinage.

Fin juillet et 2 kilos en moins, on introduit des pains variés dans l'alimentation, source de sucres lents.

Fin août et allégé de 2 kilos supplémentaires, on discute de la composition des petits déjeuners, de l'alternance entre corps gras et confiture sur les tartines (de pain !), des fruits et des jus de fruits (rouges et sans sucres ajoutés), de l'intérêt des fruits secs (noix, amandes) et on réhabilite les légumineuses (haricots blancs, rouges, lentilles, pois chiche, pois cassés) pour remplacer partiellement les féculents.

Au rendez-vous de début octobre, j'avais perdu 9 kilos et 14 cm de tour de taille abdominal. Vives félicitations de mon coach Laurane.

En décembre c'est Chloé, coach sportif qui s'enthousiasmait de mes 12 kilos perdus et m'incitait par la même occasion à augmenter mon activité sportive : 40 minutes par jour.

En mars c'était au tour de Céline de me féliciter pour mes 15 kilos envolés tout comme mes 20 cm de tour de taille.



Daniel DAUMAS,
Retraité Education
Nationale

Puis les rendez-vous de juillet et décembre 2017 m'ont conforté dans mes nouvelles habitudes alimentaires et mon hygiène de vie retrouvée petit à petit, sans contrainte, sans privation.

Chaque rendez-vous est suivi de l'envoi d'une fiche de conseils généraux sur la santé et les aliments (prévention des maladies cardiovasculaires, AVC ...) et de conseils et d'objectifs adaptés à chaque cas particulier.

Les voix de Lauranne, Chloé, Céline bienveillantes et à la recherche permanente du consentement de l'interlocuteur, font progresser vers un mieux-être qui s'installe durablement.

J'ai été enchanté par ce programme. J'ai enfin compris (il était temps !) que s'occuper de soi n'est pas de l'égoïsme. C'est l'assurance d'être bien dans sa tête et dans son corps pour plus d'efficacité au service des autres.



VIVOPTIMCARDIO

DE PETITS EFFORTS POUR VOUS, DE GRANDS EFFETS POUR VOTRE CŒUR

Conseils, coaching, suivi personnalisé...
faites de votre quotidien une source de santé !

Pilote en région Bourgogne Franche-Comté et en région Occitanie sur la période 2015-2017, **VIVOPTIM** le programme innovant d'e-santé cardiovasculaire MGEN a remporté un franc succès et un taux de satisfaction très élevé auprès des adhérents et salariés du groupe qui l'ont expérimenté.

Un coaching digital et un accompagnement personnalisé, des thématiques plébiscitées, des actions de proximité au travers des sessions de détection du risque cardiovasculaire et des rendez-vous santé... ont permis aux inscrits de faire évoluer leurs habitudes de vie de façon adaptée par rapport à leurs besoins et leur mode de vie.

Les résultats cliniques significatifs : baisse de la tension artérielle (-3,48 mm Hg), perte de poids (-1,4 Kg), baisse du LDL-Cholestérol (-0,6 g/l), la richesse des ateliers en présentiel ainsi que la pertinence et la fiabilité de l'accompagnement ont convaincus très largement les usagers et la communauté scientifique.

VIVOPTIM, rebaptisé **VIVOPTIM CARDIO** a, depuis début juillet 2018, été généralisé par MGEN sur l'ensemble du territoire et ouvert à l'ensemble des adhérents de l'offre MGEN Santé Prévoyance et aux salariés du groupe.

Tout en conservant les atouts qui ont fait son succès, **VIVOPTIM CARDIO** offre dorénavant un accès encore plus rapide avec un parcours d'inscription et d'évaluation de son profil de risque simplifié, le choix et la définition d'un profil prévention et d'un objectif santé prioritaire, une ergonomie et une charte graphique refondues, mais avec toujours plus d'accompagnement, de missions, d'informations synthétisées dans un environnement personnel et sécurisé. Alors, n'hésitez plus, inscrivez-vous et mettez la technologie connectée MGEN au service de votre santé.

VIVOPTIM CARDIO EN PRATIQUE !

1

Inscrivez-vous pour évaluer votre profil cardiovasculaire.

2

Découvrez votre parcours de prévention progressif.

3

Profitez d'un programme personnalisé, encadré par des professionnels de santé*.

4

Persévérez grâce à vos résultats et aux espaces de partage avec la communauté.

* Infirmier(e)s diplômé(e)s d'État, tabacologues, éducateurs sportifs, nutritionnistes, psychologues.

VIVOPTIM CARDIO C'EST QUOI ?

VivoOptim Cardio est un **programme de prévention e-santé** qui propose de nouvelles pratiques de vie en vue d'améliorer efficacement sa santé. Il permet de prévenir tout risque cardiovasculaire et de bénéficier d'un accompagnement personnalisé adapté aux besoins et profil de chacun. Applicable à tout moment de la journée, où que vous soyez, le programme VivoOptim Cardio vous **réconcilie avec votre santé, le plus simplement du monde**. Qu'il s'agisse de diététique, d'activité sportive, de gestion du stress ou de maîtrise du sommeil, retrouvez le pouvoir d'agir efficacement sur votre santé, sans contrainte et à votre rythme.

VIVOPTIM CARDIO COMMENT ÇA MARCHE ?

Le programme VivoOptim Cardio propose **des parcours et des solutions de prévention simples**, évolutifs et rigoureusement adaptés à votre profil. Sensibilisation aux risques, coaching en ligne, recommandations, échanges avec des professionnels de santé* via une plateforme médicalisée mais aussi partage d'informations sur un forum communautaire : **VivoOptim Cardio vous offre les clés pour devenir acteur de votre santé !**

VIVOPTIM CARDIO POUR QUI ?

VivoOptim Cardio est **ouvert à tous les adhérents MGEN Santé Prévoyance**, à leurs bénéficiaires conjoints et à leurs bénéficiaires enfants à partir de 18 ans.

INSCRIVEZ-VOUS SUR
mgen.vivooptim.com

OU AU **0 801 010 000** Service & appel gratuits





ASSEMBLÉES GÉNÉRALES JUILLET 2018

Extrait des principales résolutions (applicables à compter du 1^{er} janvier 2019 sauf indication contraire mentionnée)



Roland Berthilier, Président MGEN.



Isabelle Hébert, Eric Chenut, Christophe Lafond et Marc Tranchat.

1 • OFFRE PRÉVOYANCE ACTIF RENFORCÉE

Avec la mise en place de la **nouvelle offre Prévoyance Actif Renforcée** les membres participants actifs de l'offre MGEN Santé Prévoyance auront la possibilité d'opter, s'agissant de leur couverture prévoyance, soit pour l'offre prévoyance actif comme avant, soit pour l'offre prévoyance actif renforcée avec une **couverture plus élevée** :

- des **allocations journalières (85 %** du revenu total du champ **primes incluses**, limité à 100% du salaire net,)
- des **allocations invalidité** (toujours 50% avec un **plafond doublé**)
- et de la **prestation invalidité décès** (capital garanti égal à **100 %** de l'assiette annuelle de calcul de la cotisation et majoration pour enfant à charge **15 000 €**).

2 • EVOLUTION DES COTISATIONS DE L'OFFRE MGEN SANTÉ PRÉVOYANCE (MSP)

- Fixation d'un **taux d'évolution des cotisations par offre, en fonction de la sinistralité**, est appliqué comme suit : Formule Initiale + 0,50%, Formule Equilibre + 5,66%, Formule Référence +3,50% et Formule Intégrale + 5,69%,
- **Augmentation de la cotisation prévoyance seule** supérieure à celle des offres couplées santé et prévoyance avec un taux de **10%**.

3 • NOUVELLES CONDITIONS D'ATTRIBUTION DE L'OFFRE CAUTION-ACQUISITION (AU 1^{er} AOÛT 2019) :

- Pour tout prêt supérieur à 130 000 euros, **réduction de l'apport personnel à hauteur de 10%** du coût total de l'opération quelle que soit la nature du bien acquis (neuf ou ancien, avec ou sans travaux)
- **La somme des assurances** pour l'emprunteur et le co-emprunteur doit atteindre **100 %** des montants cautionnés (auparavant chacun devait être assuré à hauteur de 100 %)

4 • EXTENSION DE LA COUVERTURE FAMILIALE AUX BÉNÉFICIAIRES ENFANTS AU 2 MAI 2019

Pour tenir compte du développement des familles recomposées, monoparentales ou homoparentales, la couverture familiale est **étendue à tout enfant à charge du membre participant ou de son conjoint, que ce dernier soit ou non mutualiste MGEN.**

5 • CHANGEMENT D'OPÉRATEUR D'ASSISTANCE

Les prestations d'assistance seront assurées par **Ressources Mutuelles Assistance (RMA) et non plus IMA. Pas de changement pour l'adhérent.**

mgen*

GRUPE **vyv**

LES
SOLUTIONS
LOGEMENT
MGEN

POUR MON
LOGEMENT
JE PENSE
MGEN

AVEC MGEN, MES PROJETS PRENNENT VIE !

- **J'assure** mon prêt immobilier
- **Je cautionne** mon emprunt
- **Je sécurise** mon bien en cas de perte d'emploi
- **Je m'installe** en toute sérénité avec le Prêt Installation MGEN-CASDEN

LE + MGEN

Avec mgenserviceshabitat.fr, plateforme 100% services dédiée au logement, je bénéficie d'un accompagnement gratuit d'experts pour mener à bien mes travaux et bénéficier d'un bilan énergétique.

ASSURANCE
EMPRUNTEUR

CAUTION
ACQUISITION

ASSURANCE
PERTE
D'EMPLOI

PRÊT
INSTALLATION
MGEN-CASDEN

SERVICES
HABITAT MGEN

MON
EXPERT
LOGEMENT
MGEN au

3676 Service gratuit
+ prix appel

MUTUELLE
SANTÉ
PRÉVOYANCE

Document publicitaire n'ayant pas de valeur contractuelle.

MGEN, Mutuelle Générale de l'Éducation Nationale, immatriculée sous le numéro SIREN 775 685 399, MGEN Filia, immatriculée sous le numéro SIREN 440 363 588, Intermédiaire en opération de banque de la CASDEN Banque Populaire, immatriculée à l'ORIAS sous le n°13 005 936, mutuelles soumises aux dispositions du livre II du code de la Mutualité - 3, square Max Hymans 75748 Paris cedex 15.

CNP Assurances, Société anonyme au capital de 686 618 477 euros entièrement libéré - 341 737 062 RCS Paris, CNP Caution, SIREN n° 383 024 098. Entreprises régies par le code des Assurances - GROUPE CAISSE DES DÉPÔTS - Siège social : 4 place Raoul Dautry - 75716 PARIS CEDEX 15 - www.cnp.fr

CASDEN Banque Populaire - Société Anonyme Coopérative de Banque Populaire à capital variable. Siège social : 91 Cours des Roches 77186 Noisiel. Siret n° 784 275 778 00842 - RCS Meaux. Immatriculation ORIAS n° 07 027 138.

mgen*

GRUPE vyv

MGEN AVANTAGE.FR LIBÈRE VOS ENVIES DE LOISIRS !



Vous aimez lire, aller au théâtre ou à des concerts, découvrir le monde, visiter des musées, pratiquer une activité physique ? Rendez-vous sur mgenavantage.fr et profitez de centaines d'offres pour vivre vos loisirs sans vous priver !

TOUTE LA CULTURE ET LES LOISIRS MOINS CHERS

Grâce à mgenavantage.fr, vous bénéficiez en tant qu'adhérent MGEN d'avantages exclusifs sur un ensemble d'offres culturelles, de loisirs, de sport et de vacances partout en France et surtout près de chez vous !

DÉCOUVRIR UNIVERS CULTURE

Concerts, spectacles, théâtres, musées, expositions, mais aussi abonnements presse, cinémas, librairies...

S'ÉVADER UNIVERS VOYAGES & VACANCES

Locations, séjours, hôtellerie, thalasso... Profitez de séjours bien-être, de vacances en campings-villages, d'hôtels de qualité au meilleur prix partout dans le monde.

PARTAGER UNIVERS LOISIRS

Visitez les plus beaux monuments de l'Hexagone, du château d'Azay-le-Rideau au Palais de Tau. Amusez-vous dans les plus grands parcs d'attractions et animaliers (Puy du Fou, Parc Astérix, Futuroscope...).

SE DÉPASSER UNIVERS SPORTS

Clubs de sport, équipements, grandes compétitions... Bénéficiez de tarifs préférentiels sur votre abonnement parmi 2 000 salles de sport en France.

TOUTE L'ANNÉE DES BONS PLANS PRÈS DE CHEZ VOUS

mgenavantage.fr, c'est aussi la culture, les voyages, les loisirs à deux pas de chez vous ! Outre les avantages sur les grandes marques, vous bénéficiez de nombreux partenariats avec les acteurs culturels locaux : réductions sur les cinémas de votre quartier, les théâtres, les musées, les festivals régionaux et les associations proches de votre lieu de vie.

mgenavantage.fr — VIVEZ VOS PASSIONS À PRIX RÉDUIT

Zéro contrainte, un maximum d'avantages : mgenavantage.fr, c'est un accès en ligne pour profiter de toutes les offres instantanément !



**DES OFFRES EXCLUSIVES
NÉGOCIÉES POUR LES ADHÉRENTS
MGEN**



**DES BONS PLANS À PROXIMITÉ
GRÂCE À LA GÉOLOCALISATION
ET LA CARTE MGEN AVANTAGE**



**DES ACHATS EN LIGNE
100% SÉCURISÉS**



MGEN AVANTAGE

NOS PARTENAIRES EN SAÔNE-ET-LOIRE

- Espace des Arts
Scène Nationale
Chalon-sur-Saône



- ECLA
Saint-Vallier



- Le Théâtre Scène Nationale
Mâcon



- C2 Centre Culturel
Torcy



- L'Embarcadère
Montceau-les-Mines



- L'A.R.C. Scène Nationale
Le Creusot



- Salle Jean Genet
Couches



- Office Municipal de la Culture
Autun



- Théâtre
Cluny



- Conservatoire
Auditorium
Le Grand Chalons



ATTENTION :

La plate-forme **MGEN AVANTAGE.FR** est encore en cours de construction. Les partenaires (dont la liste est susceptible d'évoluer) ne sont pas encore tous visibles sur le site.

Dans l'attente, vous pouvez continuer d'utiliser votre carte culture 2017-2018.



ADOSEN Prévention Santé MGEN

COLLECTES ET ACTIONS EN FAVEUR DU DON DU SANG

auprès des établissements publics d'enseignement

Collectes :

32 bénévoles
30 collectes
16 lycées – IUT – ENSAM
1481 donateurs
1204 dons
676 nouveaux donateurs



Promotion :

11 interventions
Près de 400 jeunes sensibilisés

La section 71 recherche des bénévoles pour encadrer aux côtés de l'ESF (Etablissement Français du Sang) les collectes de sang.

Si vous souhaitez vous impliquer dans cette démarche militante et citoyenne, n'hésitez pas à nous contacter.

sd071@mgen.fr





LE CLUB DES RETRAITES MGEN DÉMÉNAGE

**À compter du 1^{er} octobre 2018,
nouvel accueil du Club des retraités :**

**Maison des Associations
Espace Jean Zay - 4 rue Jules Ferry
71100 CHALON SUR SAONE**

Adresse postale : Club des retraités MGEN,
8 rue Georges Lapierre, 71100 Chalon-sur-Saône.

Contact : clubmgen71@orange.fr



NOUVEAU



La section MGEN de Saône-et-Loire
vous propose des accueils décentralisés
dans les locaux des magasins
“Les Opticiens Mutualistes” du département

**Vous pourrez venir nous rencontrer SUR RV UNIQUEMENT,
aux dates suivantes (sous réserve de modifications) :**

- | | |
|-----------------------|--------------------|
| - MERCREDI 3 OCTOBRE | AUTUN |
| - VENDREDI 9 NOVEMBRE | PARAY LE MONIAL |
| - MARDI 11 DÉCEMBRE | MONTCEAU LES MINES |
| - MERCREDI 9 JANVIER | MACON |
| - JEUDI 7 FÉVRIER | GUEUGNON |
| - LUNDI 4 MARS | LOUHANS |
| - MERCREDI 27 MARS | AUTUN |
| - VENDREDI 5 AVRIL | PARAY LE MONIAL |
| - MARDI 9 AVRIL | MONTCEAU LES MINES |
| - MERCREDI 15 MAI | MACON |
| - JEUDI 13 JUIN | GUEUGNON |



La demande de RV se fait
uniquement
via une plate-forme d'inscription
www.gorendezvous.com/mgen71
ou par mail
monconseiller@mgen.fr

**Merci de ne pas contacter
Les Opticiens Mutualistes.**



Mutuelle Santé
Prévoyance
Autonomie



Nous **CONTACTER**

La MGEN de Saône-et-Loire à votre service

Section départementale

8 rue Georges Lapierre • 71100 CHALON SUR SAÔNE

Contact : www.mgen.fr

Créez votre espace personnel :

- Consultez vos remboursements
- Modifiez vos données personnelles
- Recherchez un professionnel de santé conventionné (tiers payant, reste à charge maîtrisé...)
- Posez vos questions en ligne

Accueil

- lundi - mardi - mercredi - vendredi
9 h 00 - 17 h 30
- jeudi 10 h 00 - 17 h 30
- pendant les vacances scolaires
fermeture à 16 h 30

Un seul numéro
de téléphone **3676**

(prix d'un appel local depuis un poste fixe)